

## TOME EL CONTROL de su vida!

Una tarjeta TAKE CHARGE es válida por un año entero para obtener planificación familiar y métodos anticonceptivos **sin cargo** a través de proveedores de TAKE CHARGE o de su farmacia local.

Existen muchos métodos para prevenir el embarazo. A veces se introducen nuevos métodos mientras que otros ya existentes son retirados del mercado. Hable con su médico para conocer más acerca de las diferentes opciones o métodos por los que puede optar.

Algunos servicios o métodos que podrían estar disponibles son:

- Parches y anillos anticonceptivos
- Píldoras anticonceptivas
- Anticoncepción de emergencia
- Inyección Depo
- DIU, diafragma o capuchón cervical
- Condones y gel anticonceptivo, películas, espuma o supositorios sin receta en una farmacia
- Examen ginecológico
- Ligadura de trompas
- Vasectomía

Su tarjeta TAKE CHARGE será la única tarjeta que recibir hasta solicitar su renovación. Las fechas en su tarjeta le recordarán cuándo debe renovarla. Simplemente visite a su proveedor de TAKE CHARGE para renovar su tarjeta por otro año. Si tiene preguntas sobre los servicios de planificación familiar, hable con su proveedor de TAKE CHARGE.

Línea directa de planificación familiar de  
TAKE CHARGE 1(800)770-4334  
<http://maa.dshs.wa.gov/familyplan/>

Línea directa de anticoncepción de emergencia  
1(888)668-2528  
[www.not-2-late.com](http://www.not-2-late.com)

español

## ПОЗАБОТЬТЕСЬ о своей жизни!

Карточка программы TAKE CHARGE дает право на бесплатные услуги по планированию семьи и противозачаточные средства, предоставляемые врачом программы TAKE CHARGE или местной аптекой, в течение года.

Существует много различных методов предотвращения беременности. Иногда появляются новые методы, в то время как существующие методы исчезают с рынка. Проконсультируйтесь со своим лечащим врачом, чтобы узнать обо всех вариантах или методах, из которых вы можете выбрать подходящий для вас.

Ниже приведены некоторые услуги и методы, которые могут быть доступными для вас:

- противозачаточные пластиры и кольца
- противозачаточные таблетки
- средства экстренной контрацепции
- инъекции Депо-Провера
- внутриматочные спирали, диафрагмы или колпачки
- презервативы и противозачаточные гели, пленки, пены или вагинальные свечи, отпускаемые в аптеках без рецепта
- гинекологические осмотры
- операция по перевязке маточных труб
- вазэктомия

Карточка программы TAKE CHARGE будет единственной карточкой, которую вы получите, пока вы не подадите повторное заявление. Даты, указанные в карточке, послужат вам напоминанием, когда необходимо будет обратиться по поводу продления. Просто обратитесь к своему врачу программы TAKE CHARGE, чтобы продлить действие карточки еще на один год. Если у вас есть вопросы по поводу услуг по планированию семьи, поговорите с врачом программы TAKE CHARGE.

Горячая линия программы TAKE CHARGE по вопросам планирования семьи:  
1(800)770-4334

Веб-сайт: <http://maa.dshs.wa.gov/familyplan/>

Горячая линия по вопросам экстренной контрацепции 1(888)668-2528

Веб-сайт: [www.not-2-late.com](http://www.not-2-late.com)

русский

## TAKE CHARGE trong đời sống của quý vị!

Thẻ TAKE CHARGE cho quý vị nhận các dịch vụ kế hoạch hóa gia đình và các phương pháp ngừa thai được miễn phí một năm từ nơi chăm sóc hoặc nhà thuốc địa phương trong chương trình TAKE CHARGE.

Có rất nhiều cách, và phương pháp khác nhau để ngừa thai. Đôi khi những phương pháp mới được trổ nên thông dụng hơn trong khi một vài phương pháp trước đây không còn trên thị trường. Hãy nói chuyện với nơi chăm sóc sức khỏe của quý vị để tìm hiểu thêm về tất cả những sự chọn lựa hoặc phương pháp khác nhau mà quý vị có thể chọn.

Một số dịch vụ và những phương pháp ngừa thai hiện đang có là:

- Thuốc Dán và Vòng Ngừa Thai
- Thuốc viên ngừa thai
- Ngừa Thai Cấp Thời
- Chích Depo
- Vòng Xoắn Ngừa Thai (IUD), Màng Chắn Cổ Tử Cung, hoặc Mũ Chụp Cổ Tử Cung
- Bao cao su và chất gel, phim, bọt (foam), hoặc loại thuốc đặt dùng để ngừa thai không cần toa
- Khám phụ khoa
- Cột ống dẫn trứng
- Cắt ống dẫn tinh

Thẻ TAKE CHARGE là thẻ duy nhất mà quý vị được sử dụng cho đến khi quý vị làm đơn xin lại. Ngày tháng ghi trên thẻ sẽ cho quý vị biết khi nào sẽ phải làm lại thẻ mới. Quý vị chỉ cần đến nơi cung cấp chương trình TAKE CHARGE làm lại thẻ mới để dùng cho năm kế tiếp. Nếu quý vị có những thắc mắc về các dịch vụ kế hoạch hóa gia đình hãy nói chuyện với nơi cung cấp chương trình TAKE CHARGE.

Kế Hoạch Hóa Gia Đình của TAKE CHARGE

Đường Dây Trực Tiếp 1(800)770-4334  
<http://maa.dshs.wa.gov/familyplan/>

Đường Dây Trợ Giúp Ngừa Thai Cấp Thời  
1(888)668-2528

[www.not-2-late.com](http://www.not-2-late.com)

tiếng việt



ฟรี



gratis

무료

무료

କାମ୍ପିଟିଲ୍ସ୍ୟ

Бесплатно



免費



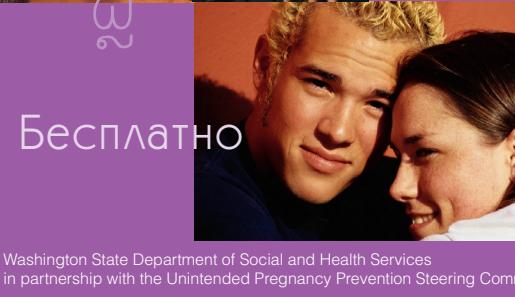
ฟรี



miễn phí

免費

free



Бесплатно



With the  
TAKE CHARGE  
card

family planning services  
and birth control  
methods are ...  
free for  
a year



Washington State Department of Social and Health Services  
in partnership with the Unintended Pregnancy Prevention Steering Committee  
DHS 22-474(x) summary (Rev. 3/10)

